

Ale jajaja!

Jajo to prawdziwy żywieniowy skarb. Najczęściej jemy je ugotowane na miękko, twardo lub w postaci jajecznicy. Dużą popularnością cieszą się również jaja sadzone, w koszulkach, na półtwardo (mollet), pasta jajeczna i uwielbiany przez najmłodszych konsumentów kogel-mogel. Jednak oprócz tradycyjnych potraw z jaj coraz częściej można spotkać ich dość nietypowe odmiany. Jedne z nich zdążyły zagościć w naszych kuchniach na dobre, inne z pewnością nigdy nie będą stałym menu, stanowiąc nawet kulinarne tabu. Oto przykłady niektórych z nich.

**„Stuletnie jaja”
(pidan, songhuadan) zwane
też jako jaja na niebiesko
lub jaja po chińsku**

Charakterystyczne dla kuchni chińskiej. Obecnie są one (zazwyczaj jaja kaczce) najczęściej zaledwie miesięczne, a ich

Stulenie chińskie jaja



„stuletność” jest wynikiem specjalnego procesu chemicznego. Podniebienie Chińczyka nie zasmakuje w jaj ugotowanym na miękko, uznaje on tylko jaja na twardo i czym starsze, tym bardziej je ceni.

Do zwyczajnego użytku zwłaszcza jako lekka dieta dla chorych, jaja konserwuje się w słonej wodzie pomieszanej z sadzą lub czerwoną gliną. Ale prawdziwie doskonałym środkiem jest rozczyń z wapna palonego i soli w wodzie gotowanej na pewnych aromatycznych ziołach, herbaty i łusek ryżowych. Powstały w ten sposób gęsty płyn wlewa się do blaszanego naczynia i układa się w nim świeże jaja po sam wierzch.

Następnie naczynie zamyka się hermetycznie, treść poddawana jest procesowi fermentacji i dopiero po 40 dniach jaja są uważane za zdatne do spożycia – ale po 40 latach będą jeszcze lepsze. W tym czasie w bejcy dochodzi do procesu gaszenia wapna, podczas którego jaja nagrzewają się, a następnie stygną. Po całym procesie białko robi się brązowe lub czarne i nabiera galaretowatej konsystencji, żółtko natomiast nabiera barwy niebieskozielonej, a jajo nabiera smaku podobnego do jaj siewki, gotowanych na twardo. Tak przygotowane jaja podaje się jako zimną przekąskę z sosem sojowym, octem winnym lub imbirem. Wartość tego specjału wzrasta z latami, chiński epikurejczyk rozróżnia dobrze dziesiątki lat, z których jaja pochodzą i prawdziwy chiński koneser, podobnie

jak koneser win, przechowuje je nieraz po kilka, kilkanaście, a nawet kilkadziesiąt lat, uznając, że im starsze, tym bardziej są smaczne.

Jaja kiszone

Powszechnie wiadomo o kiszeniu ogórków, kapusty czy buraków. Natomiast mało kto zna kiszone jaja. Również one mogą być ciekawym dodatkiem na stole. Ukisic jaja warto, choćby dlatego, że nie zajmuje to wiele czasu, a tym bardziej nie jest drogie.

Jaja ugotować na twardo. Wodę wylać a jaja obrać. W drugiej wodzie z kmin-

Kiszone jaja



Kiszone jaja

Do przygotowania potrzeba:

- 15 jaj
- 1 torebka kminku
- czubata łyżka soli
- woda



kiem i solą (mniej więcej łyżka stołowa na litr wody) gotować jaja jeszcze przez kilka minut.

Następnie przełożyć wszystko do słoja lub kamionki, zalać wodą z drugiego gotowania, zabezpieczyć i odstawić w chłodne miejsce. Tak przygotowane jaja nadają się do spożycia już po kilku dniach lecz zazwyczaj pozostają odstawione do ukiszenia na kilka tygodni. Po ukiszeniu zdatne są do spożycia przez następne 4-5 dni.

Są wyśmienitym dodatkiem do kanapek, jako zimna zakąska dodawana np. do podkreślenia smaku wędlin. W kuchni berlińskiej są popularną zakąską do piwa. Kminkowy aromat nie jest dominujący - tak przygotowanymi jajami chętnie raczą się nawet te osoby, które zbyt nie przepadają za kminkiem. Nietypowy smak jaj jest w stanie zaskoczyć gości, więc tym bardziej warto wypróbować przepis.

Jaja marynowane

Istnieje wiele przepisów na marynowane jaja. Jedne z nich są bardzo pikantne i zawierają w swoim składzie takie składniki jak chili czy sos Tabasco. Inne zdecydowanie bardziej delikatne, z przewagą słodkiego smaku, zawierające m.in. cukier, buraki, cebulę lub cynamon.

Jaja w marynacie



Oto prosty i smaczny przepis:

- 12 jaj
- 1 cebula
- 2 szt. papryczki chili

Marynata:

- 0,5 l octu, najlepiej z białego wina
- 0,5 l wytrawnego białego wina
- 2 łyżeczki musztardy
- 3 duże ząbki czosnku Jaja w marynacie
- 2-3 liście laurowe
- po łyżeczce soli, ziaren gorczycy, czarnego pieprzu, kopru, jagód jałowca

Zawsze jednak można stworzyć swój własny przepis, który będzie odpowiadał naszym indywidualnym gustom.

Jaja ugotować na twardo i obrać. Cebulę obrać i pokroić w cienkie krążki.

Jaja układamy na dnie dużego słoja lub kamionkowego garnka, dodajemy pokrojoną cebulę i papryczki chili.

Ocet z winem zagotować dodając wszystkie wyżej wymienione przyprawy. Gotować pod przykryciem 10 minut na małym ogniu. Tak przygotowaną marynatą zalać jaja – wlewamy taką ilość by jaja były całkowicie przykryte, zakręcić szczelnie słoik. Kiedy marynata wystygnie - wstawić do lodówki na parę dni (im dłużej będą marynowane tym intensywniejszy będzie ich smak i aromat).

Tak przyrządzone jaja można podawać na stół wraz z marynatą, jako składnik sałatek np. ziemniaczanej, do kanapek, osobną zakąską z delikatnymi sosami lub też zimną przystawkę do letniego grillowania. Ponadto bardzo znane i lubiane są wśród Brytyjczyków jako dodatek do popularnego dania – ryby z frytkami.

Jaja herbaciane - marmurkowe

Charakterystyczne dla kuchni chińskiej. Stanowią typową pikantną przekąskę, powszechnie sprzedawaną przez



Dajemy Tobie możliwość wyboru



Firma Hubbard realizuje programy selekcyjne w trzech centrach badawczo-rozwojowych w Europie i Ameryce Północnej. Posiada ośrodki produkcyjne w Europie, Ameryce Północnej i Brazylii. Hubbard ma wieloletnie doświadczenie w genetycznym doskonaleniu kur mięsnych i sprzedaży stad reprodukcyjnych przeznaczonych dla konwencjonalnych i alternatywnych rynków. Oferuje szeroki wybór produktów odpowiednich dla aktualnych i przyszłych potrzeb przemysłu drobiarskiego.

Firma Hubbard jest obecna w ponad 100 krajach na całym świecie. Wspierana przez doświadczonych specjalistów zaangażowanych w rozwój i badania, produkcję, serwis techniczny oraz sprzedaż i marketing, zapewnia ciągłość dostaw najwyższej jakości produktów dostosowanych dla różnych rynków brojlerowskich.



Hubbard is a company of
GROUPE GRIMAUD
Giving life to Performance

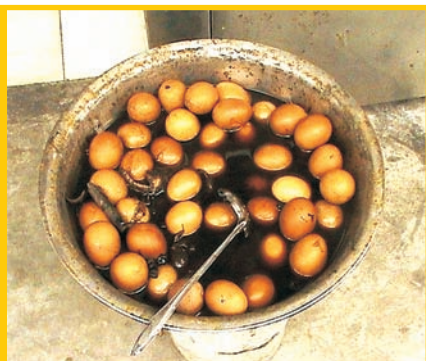
www.hubbard-polska.pl

ISO 9001:2000
ISO 22000:2005



ulicznych sprzedawców w większości chińskich społeczności na całym świecie. Oryginalna receptura wykorzystuje sos sojowy, liście czarnej herbaty oraz pięć przypraw: cynamon, anyż, nasiona kopru, goździki i pieprz syczański. Jednakże wszystkie te składniki mogą być modyfikowane w zależności od preferencji danej osoby.

Herbaciany przysmak sprzedawany na jednej z chińskich ulic



W tradycyjnej metodzie jaja gotowane są na twardo. Po ugotowaniu usuwa się wodę, jaja pozostają w skorupie, która jest delikatnie obtłuczona (im mniejsze pęknięcia powierzchni skorupki tym bardziej efektywny „marmurkowy wzór” po obraniu jaja). Następnie uzupełnia się wodę do ok. 1 litra, dodaje jaja i wszystkie pozostałe składniki i gotuje na wolnym ogniu 20 minut. Gotowanie na wolnym ogniu powoduje, iż przyprawiony płyn przedostaje się poprzez pęknięcia skorupy do jaja. Po upływie 20 minut jaja przekłada do słoja lub kamionki, zalewa wywarem i wstawia do lodówki na około 2 dni. Im dłużej jaja pozostają w wywarze tym bogatszy będzie ich smak – zależy od herbaty (rodzaj i moc) i różnorodności użytych przypraw. Pięć przypraw w proszku daje lekko słonawy smak białka jaja, a liście czarnej herbaty podkreślają i wydobywają smak żółtka oraz powodują, iż po obraniu jaja pokryte są efektywnym „marmurkowym” wzorem. Tradycyjne jaja herbaciane spożywane są na zimno.

Niektóre przepisy nie uwzględniają w swoim składzie liści czarnej herbaty, mimo tego jaja przygotowane w ten sposób nadal noszą nazwę „herbacianych”. Herbaty wykorzystywane w produkcji jaj

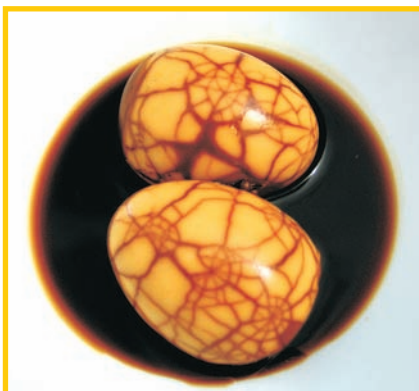
herbacianych są zazwyczaj niskiej jakości lecz o wysokiej zawartości taniny.

W Hong Kongu najczęściej stosowana jest herbata Pu-erh. Zielona herbata uważana jest za zbyt gorzką i nie jest wykorzystywana w produkcji tego typu jaj. W północno-wschodnich Chinach z kolei jak i w dużych miastach Chin jaja herbaciane wykorzystywane są do domowego leczenia. Bardzo popularne są również na Tajwanie, gdzie rocznie sprzedaje się aż 40 milionów herbacianych jaj.

Jaja ugotować na twardo, wystudzić w zimnej wodzie. Lekko obtłuc skorupki tak, aby całe jajo pokryło się delikatną siecią pęknięć, włożyć do rondla. Dodać pozostałe składniki, zamieszać, doprowadzić do zagotowania na dużym ogniu, zmniejszyć płomień, gotować na bardzo małym ogniu 2-3 godz., w razie potrzeby dolewać wody, jaja muszą być całkowicie zanurzone.

Zestawić z ognia, pozostawić jaja w płynie przynajmniej przez 8 godz. Krótco przed podaniem jaja obrać ze skorupki, przekroić wzdłuż na połówki lub ćwiartki. Podawać na przystawkę same, skropione sosem sojowym lub jako dodatek do zimnych mięs.

Marmurkowe jaja w herbacianym wywarze



A oto jeden z popularnych przepisów:

- 8 jaj
- 3 szklanki wody
- 1 łyżka sosu sojowego
- 1 anyż gwiazdkowaty
- 1/2 łyżeczki włoskiego kopru
- 2 łyżeczki soli
- 2 łyżki czarnej herbaty liściastej

Jaja sojowe

Popularny przysmak w krajach Azji Wschodniej, a zwłaszcza w Chinach, gdzie sprzedawane są jako uliczna przekąska na ciepło lub zimno. Serwowane są również jako danie główne – zazwyczaj z gotowanym ryżem.

Sojowe jaja



A oto jeden z bardziej popularnych przepisów na sojowe jaja spotykany w Polsce:

- 6 jaj
- 250 ml jasnego sosu sojowego Tao Tao
- 2 łyżki ciemnego sosu sojowego Tao Tao
- 250 ml wody
- pół filiżanki brązowego cukru
- 10 plasterków imbiru

Typowe sojowe jaja gotowane są w sosie sojowym z dodatkiem wody i brązowego cukru, a także ewentualnych ziół i przypraw. Istnieje wiele odmian tego przepisu, w których dodaje się m.in. środki aromatyzujące, olej sezamowy, a nawet szczypiorek. Jest to danie bardzo łatwe do przygotowania, a jaja są aromatyczne i oryginalne w smaku.

Jaja włożyć do rondelka z gotującą się wodą i gotować około 6 minut. Następnie wyjąć jaja i opłukać pod zimną, bieżącą wodą. Obrąć ze skorupki. Następnie do małego rondelka z grubym dnem wlać oba rodzaje sosu sojowego, wodę, dodać cukier i imbir, zagotować.

W momencie gdy zaczyna się gotować sos zmniejszyć płomień, włożyć jaja i gotować na wolnym ogniu, przykryte



szczelnie papierem do pieczenia przez godzinę, od czasu do czasu przewracając jaja.

Po godzinie zdjęć jaja z płyty i odstawić na pół godziny, od czasu do czasu obracając je. Następnie wyjąć jaja z rondelka. Przed podaniem przekroić jaja wzdłuż, ułożyć na półmisku, a na koniec poleć sosem, w którym się gotowały.

Balut

Balut - tradycyjna potrawa wielu kuchni południowo-wschodnioazjatyckich, zwłaszcza kuchni wietnamskiej, laotańskiej, kambodżańskiej, filipińskiej oraz - w mniejszym stopniu - chińskiej (ściślej: południowochińskiej).

Balut stanowi danie przejściowe: nabiółowo (jajeczno)-mięsne i ma postać gotowanego jaja kaczego (rzadziej kurzego), wewnątrz którego znajduje się w pełni uformowany zarodek ptaka, którego spożywa się w całości - wraz z kośćmi, dziobem itd. Zaliczane jest do najbardziej przerażających dań świata. Pochodzi z Filipin, gdzie jest uważane jest nie tylko za przysmak, rarytas i afrodyzjak ale jest również tamtejszą potrawą narodową.

Zapłodnione kaczce jaja wystawiane są na słońce (w koszach) - do ciepła, gdzie kaczki embrion rozwija się przez dziewięć dni. Po dziewięciu dniach jaja ogląda się pod ostre światło aby się upewnić czy zarodek rozwinął się prawidłowo - jeżeli tak to zarodek rozwija się jeszcze przez osiem dni.

Po tym czasie jaja nadają się do gotowania, są sprzedawane i spożywane. Sprzedawany jest najczęściej przez ulicznych sprzedawców, głównie na Filipinach jako tzw. „street food”. Uliczni sprzedawcy sprzedają gotowane balut z wiadra z piaskiem (użyte do zatrzymania ciepła) zazwyczaj wraz z porcją soli.

Balut – jajo kaczce z ukształtowanym zarodkiem



Świeżość jaj przed procesem gotowania jest sprawą lokalnych preferencji konsumentów. Na Filipinach na idealny balut przeznaczają się 17 dniowe jajo – wówczas nazywane jest Balut sa puti („owinięty w biały”). Spożywane jest z solą lub chili i octem.

Penoy



W Wietnamie z kolei jaja przeznaczone na balut są starsze – od 19 do 21 dni, kiedy pisklą jest wystarczająco duże, a kości jego dość twarde a zarazem kruche po ugotowaniu – spożywane z odrobiną soli, soku z cytryny, mielonego pieprzu oraz wietnamskiej kolendry. W Kambodży natomiast spożywa się balut gorący w skorupce z dodatkiem soku z limonki i pieprzu.

Jaja w których zarodek się nie rozwinął się prawidłowo sprzedawane są jako penoy. Ich smak i zapach podobny jest do jaj ugotowanych na twardo. W kuchni filipińskiej często są też rozbijane i smażone na wzór typowej jajecznicy, podawane z octem.

Od niedawna balut serwowany jest również w tamtejszych restauracjach jako haute cuisine – gotowane w stylu Adobo,



**Niezależne
laboratorium**

**WETERYNARYJNE LABORATORIUM
DIAGNOSTYCZNE SLW BIOLAB s.c.**

ul. Grunwaldzka 62, 14-100 Ostróda
tel./fax 89 646 42 34, 89 646 38 55
tel. kom. 601 38 58 58
e-mail: biolab@biolab.pl, www.biolab.pl

Akredytowane zgodnie z normą PN-EN ISO/IEC 17025
w zakresie 51 ilościowych i jakościowych metod badawczych
Posiadające certyfikat GMP
Wyniki badań uznawane przez Inspekcję Weterynaryjną
Pracujemy 7 dni w tygodniu



jako dodatek do omeletów lub nawet jako wypełnienie pieczonego ciasta. Balut stanowi ponadto popularną przekąskę do piwa serwowaną w Laosie, Tajlandii, Kambodży a także w Wietnamie i Chinach (Vanzi, 2006).

Solone kacze jaja

W Chinach stanowią popularną przekąskę przygotowywaną na kilka sposobów. Zazwyczaj jaja gotowane są w skorupkach około 30 minut, a następnie moczone w solance przez okres około 2 tygodni. W wyniku procesu przetrzymywania jaj w solance mają one słony aromat, żółtko ma jasno pomarańczowo-czerwoną barwę i dość twardą strukturę. Białko ma ostry, słony smak, w przeciwieństwie do żółtka, które odznacza się łagodniejszym aromatem. Żółtka wykorzystywane są m.in. w produkcji tradycyjnych świątecznych chińskich ciastek księżycowych, które jedzone są tylko jeden raz w roku, w dniu Świąta Latarnii, czyli Świąta jesieni przypadającego w drugiej połowie września. Serwowane są często do tradycyjnego chińskiego ryżu.

Bywa też, że zamiast solanki stosuje się wilgotny węgiel drzewny (w niektórych azjatyckich supermarketach sprzedawane są czasami jaja pokryte cienką warstwą solonej pasty z węgla drzewnego) w który powlekanie są przechowywane jaja. Następnie są czyszczone i gotowane.

Na Filipinach solone jaja kacze wytwarzane są w podobny sposób, z pewnymi różnicami dotyczącymi proporcji użytych składników. Są one barwione na czerwono aby odróżnić je od świeżych jaj kaczyc.

Jedną z najpopularniejszych metod wytwarzania solonych jaj na Filipinach jest metoda Pateros. Z gliny (z mrowisk lub kopców termitów), soli kuchennej i wody, w stosunku 1:1:2 wyrabia się „ciasto” o gęstej i gładkiej konsystencji. Każde jajo indywidualnie zanurza się w tak przygotowanym cieście, a następ-

nie pakuje w drewniane skrzynie, które wyłożone są gazetami.

Skrzynie po zapakowaniu jaj zawijane są ponownie w gazety by spowolnić proces odwodnienia. Tak zabezpieczone jaja

Solone kacze jajo



Solone kacze jaja z azjatyckiego supermarketu



Filipińskie czerwone solone kacze jaja



Solone jaja wytworzone metodą Pateros na Filipinach



przechowywane są w pomieszczeniach zamkniętych w temperaturze pokojowej przez okres 12-14 dni (niekiedy 18 dni) – do utwardzenia konsystencji na powierzchni skorupy – w tym czasie sól przenika przez pory skorupy do wnętrza jaja. Następnie jaja myte są ręcznie szczotką pod bieżącą wodą. Po umyciu są gotowane na wolnym ogniu przez 30 minut (jaja muszą być całkowicie zanurzone w wodzie).

Jaja kurze mogą być również przetwarzane w podobny sposób, jednak zwykle ok. 10% partii jaj ulega uszkodzeniu w trakcie procesu. Również ich smak i konsystencja będą nieco inne.

A oto jeden z przepisów z polskiego stołu:

- 1 szklanka grubej soli
- 3 szklanki wrzącej wody
- 6 kaczyc jaj

Sól wymieszać z wodą, zagotować, wystudzić. Włożyć wymyte, osuszone jaja, obciążyć talerzem i trzymać w solance przez 3-4 tygodnie.

Ugotować na twardo, obrać ze skorupki. Podawać pokrajane w ćwiartki z innymi przekąskami. Proporcje: dla 12 osób.

Jaja, jako produkt uniwersalny, mają w kuchni wszechstronne zastosowanie. Stanowią nie tylko podstawę wszelkich wypieków i deserów ale mogą być też daniem głównym. Coraz częściej na polskich stołach pojawiają się ich odmiany takie jak jaja marynowane czy kiszone, stając się nie tylko oryginalną przekąską ale i bardzo smaczną potrawą. Kuchnia polska jest jednak kuchnią tradycyjną, daleką od eksperymentów i rewolucji kuchennych. Jaja w postaci balut'a czy stulenich jaj są dla kultury zachodnioeuropejskiej nie tylko czymś zupełnie egzotycznym ale i czasami wydawać się mogą wręcz niesmaczne. By się o tym jednak przekonać, czy faktycznie tak jest, nie pozostaje nic innego jak spróbować. Być może zrewolucjonizuje to naszą kuchnię wprowadzając do niej szczyptę egzotyki. ■

(spis piśmiennictwa dostępny u Autorki)

